



## HEMATOLOJİ HASTASI BİLGİLENDİRME

FR-HYE-04-408-01

### Sayın Hematoloji Hastası,

Hastalığınız ve hastalığınız nedeniyle aldığınız kemoterapilerin etkileri nedeniyle bağışıklık sisteminiz zayıflamış olduğu için enfeksiyonlara duyarlı konumdasınız. Enfeksiyonlar gözle göremeyeceğiniz çok küçük mikroorganizmalar tarafından oluşturulmaktadır, bunlar bakteri, virüs, mantar türlerinden herhangi biri olabilmektedir. Ateş yüksekliği ile birlikte kendini gösteren ağız içi enfeksiyonları, üst-alt solunum yolu enfeksiyonları, idrar yolu enfeksiyonları, büyük abdestinizi yaptığınız bölgeye ait enfeksiyonlarla karşılaşabilirsiniz. Bu durumda gerekli antibiyotik tedavileri uygulanıp bu enfeksiyonlar ile mücadeleniz sorumlu doktorlarınız tarafından yapılacaktır. Fakat bu enfeksiyonlara yakalanma olasılığını azaltmak için sizin de yapabileceğiniz uygulamalar mevcut olup aşağıda belirtilmiştir:

1. El yıkama enfeksiyonların önlenmesinde en etkili yöntemdir. Yemek öncesi-sonrası, tuvalet öncesi-sonrası, gazete gibi eşyalara dokunduktan sonra eller mutlaka yıkanmalıdır. Ellerinizi su ve sabun kullanarak yıkayabilirsiniz fakat tuvalet sonrası temizlikte mutlaka antiseptik solüsyonların kullanılması gerekmektedir. Ellerinizi kurulamak için havlu değil kağıt havlu veya peçete gibi bir kere kullanılıp atılan malzemeleri kullanınız.
2. Maske mutlaka takılmalıdır, bu sizi havadan gelen sizin gözle göremeyeceğiniz enfeksiyon etkenlerine karşı koruyacaktır.
3. Yemeklerden sonra ağız gargaraları mutlaka yapılmalıdır. Bu gargaralar ağızınızda enfeksiyon oluşturabilecek mikropları öldürücüdür. Dişler günde en az iki kez yumuşak bir diş fırçası ile fırçalanmalıdır, sert fırça kanamalara yol açabileceği için kullanılmamalıdır, diş ipi ağız içini zedelemekten kullanılabilir, diş macunu kullanılabilir, temizliğine dikkat edilmek şartıyla protez kullanılabilir
4. Mantar enfeksiyonlarını kolaylaştırması açısından odada taze veya kuru çiçek bulundurulmamalıdır

5. Yıkama şansı olmayan oyuncaklar ( özellikle tüylü, peluş, veya kumaş olanlar) odada bulundurulmamalıdır
6. Bulaşıcı hastalığı olan kişiler sizi asla ziyaret etmemelidir, ziyarete gelen kişiler yatağınıza oturmamalı, eşyalarınızı kullanmamalı, odanıza maske takarak girmeli ve size dışarıdan kesinlikle yiyecek getirmemelidirler
7. Her dışkılama sonrası makat bölgesi cilde zarar vermeyecek şekilde dikkatle temizlenmeli (yıkamalı ve yumuşak tuvalet kağıdı ya da kağıt peçete ile kurulanmalıdır), her idrar çıkışını takiben de aynı işlem uygulanmalıdır, kadın hastalar temizliği önden arkaya doğru yapmalıdır, tuvalet sonrası eller antiseptik solüsyonla yıkanmalıdır
8. Kabız olmamanız gerekmektedir aksi takdirde makat bölgenizde zorlanmaya bağlı çatlaklar ve enfeksiyonlar oluşabilir bu sebeple düzenli tuvaletinizi yapmaya çalışmalısınız, tuvaletinizi rahat yapabilmeniz için verilen ilaçların dozunu kabız veya ishal olmayacak şekilde önerilen doz aralığında kendinize göre ayarlayabilirsiniz
9. Dışarıda, hangi şartlarda hazırlandığı belli olmayan gıdalar asla yenilmemelidir, özellikle etli ürünlerden örneğin kokoreç, cantık, lahmacundan uzak durulmalıdır. Çiğ veya az pişmiş et (kırmızı et, kümes hayvanı, balık, deniz ürünleri) yenilmemelidir. Çiğ veya az pişmiş yumurta ya da iyi pişmemiş yumurta içeren yiyecekler içeren yiyecekler de (mayonez, salata sosları) yenilmemelidir. Toprakla temas eden çiğ sebze ve meyveler iyice yıkanmalı, kabukları soyulmalı, mümkünse tüm gıdalar pişirilerek yenilmelidir. Şişe veya kutu içinde satılan meşrubatlar, meyve suları, soda, sıcak çay, kahve ve pastörize edilmiş her türlü ürün içilebilir. Musluk suyundan elde edilen buz kullanılmamalıdır.
10. İçme veya diş fırçalama amaçlı musluk suyu kullanılacaksa en az bir dakika kaynatılmalıdır
11. Banyo yapmanızda herhangi bir sakınca yoktur hatta vücut temizliğiniz açısından gereklidir, kateteriniz varsa banyo sırasında korunmalı ve ıslatılmamalıdır

### **Hematoloji Bilim Dalı Başkanlığı**